

มาตรฐานการปฏิบัติงาน (Standard Operation Procedure : SOP)

ชื่อหน่วยงาน สำนักอนามัยผู้สูงอายุ	คู่มือการปฏิบัติงาน
	ชื่อตัวชี้วัด/ ภาระบวงาน การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care).

๑. วัตถุประสงค์ (Objectives)

- ๑.๑ เพื่อพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care)
- ๑.๒ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) และมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
- ๑.๓ เพื่อขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพด้านการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย และแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan)
- ๑.๔ เพื่อส่งเสริม สนับสนุนการพัฒนาชุมชนต้นแบบเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age – Friendly Communities/Cities)

๒. ขอบเขต (Scope)

แสดงกระบวนการปฏิบัติงาน การขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care) เพื่อเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุและการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ประชาชนได้รับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) และอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี เพื่อลดภาระด้านเศรษฐกิจของประเทศ สังคม และครอบครัวต่อไป

กิจกรรมสำคัญโครงการงบประมาณ ปี ๒๕๖๕ มีดังนี้

๑. พัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care)
๒. ส่งเสริม สนับสนุนความรู้ด้านสุขภาพผู้สูงอายุ
๓. ส่งเสริมการเคลื่อนไหวและการออกกำลังกายเพื่อลดโอกาสการหกล้มของผู้สูงอายุ
๔. ขับเคลื่อนพื้นที่ต้นแบบเมือง/ชุมชนที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ

และมีกิจกรรมย่อย รายละเอียดดังนี้

๑. ประชุมพัฒนาแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long Term Care) พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ และแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) ในส่วนกลาง/เขตสุขภาพ/สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและภาคีเครือข่าย
๒. สร้างและพัฒนาเครือข่ายชุมชนแห่งความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
๓. ถอดบทเรียนผลการดำเนินงานพื้นที่ต้นแบบเมือง/ชุมชนที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ ร่วมกับ อปท. และภาคีเครือข่าย แบบบูรณาการ
๔. เยี่ยมเสริมพลังการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ และแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) ปี ๒๕๖๕
๕. จัดทำรายงานผลการดำเนินงานโครงการปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕
๖. จัดทำแผนในการปฏิบัติงานในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

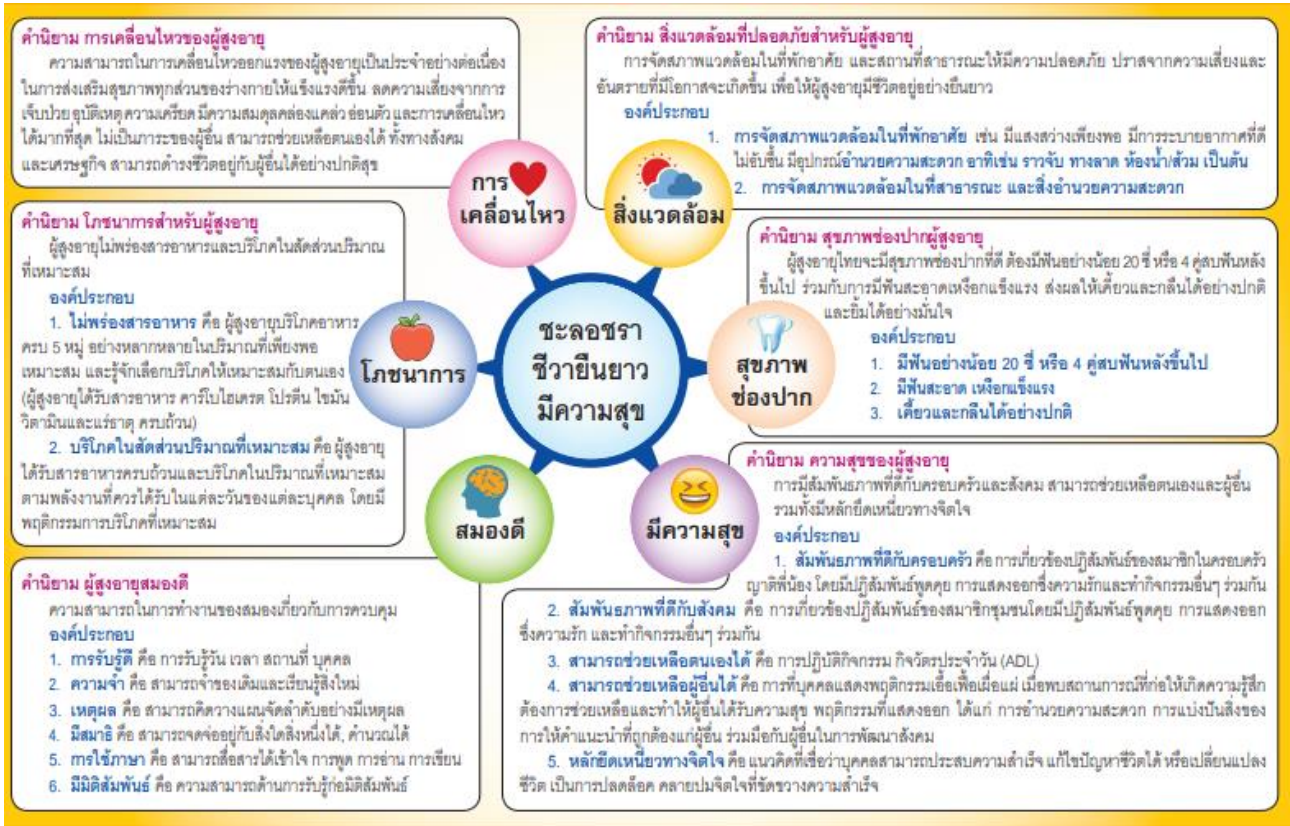
๓. คำจำกัดความ (Definition) (ถ้ามี)

พฤติกรรมสุขภาพ (Health Behavior) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทางด้านที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพซึ่งเกิดขึ้นทั้งภายใน (Covert Behavior) และภายนอก (Overt Behavior) พฤติกรรมสุขภาพจะรวมถึงการปฏิบัติที่สังเกตได้และการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตไม่ได้ แต่สามารถวัดได้ว่าเกิดขึ้น พฤติกรรมภายในเป็นปฏิกิริยาภายในตัวบุคคลมีทั้งเป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นรูปธรรมซึ่งสามารถใช้เครื่องมือบางอย่างเข้าวัดหรือสัมผัสได้ เช่น การเต้นของหัวใจ การบีบตัวของลำไส้ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นปฏิกิริยาที่มีอยู่ตามสภาพของร่างกาย ส่วนที่เป็นนามธรรม ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก เจตคติ ค่านิยม เป็นต้น พฤติกรรมภายในนี้ไม่สามารถสัมผัสหรือวัดได้ด้วยเครื่องมือต่างๆ เพราะไม่มีตัวตน จะทราบได้เมื่อแสดงพฤติกรรมออกมา พฤติกรรมภายนอกเป็นปฏิกิริยาต่างๆ ของบุคคลที่แสดงออกมามีทั้งทางวาจา และการกระทำ ซึ่งปรากฏให้บุคคลอื่นเห็นหรือสังเกตได้ เช่น ท่าทางหรือคำพูดที่แสดงออกไม่ว่าจะเป็นน้ำเสียง สีหน้า

พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การปฏิบัติหรือการแสดงออกของบุคคลในการกระทำหรืองดเว้นการกระทำในสิ่งที่มีผลต่อสุขภาพของตนเอง โดยอาศัยความรู้ ความเข้าใจ เจตคติ และการปฏิบัติตนทางด้านสุขภาพด้านต่าง ๆ คือ สุขภาพกาย จิตใจ/อารมณ์ และสังคม ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างสมดุล

การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การจัดเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ และการแปลผลข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลในพื้นที่เป้าหมาย ที่มีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง รวมทั้งการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยงในการเกิดโรคหรือภาวะแทรกซ้อนของโรค และการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ

การเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ หมายถึง การจัดเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ และการแปลผลข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุทั้ง ๘ ด้าน



๔. ความรับผิดชอบ (Responsibilities)

ผู้รับผิดชอบโดยตรง กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย

ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง - ศูนย์อนามัยที่ ๑ - ๑๒

- สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

- cluster กลุ่มผู้สูงอายุ

- เครือข่าย แกนนำ และผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

๕. ขั้นตอนการปฏิบัติ (Procedure)

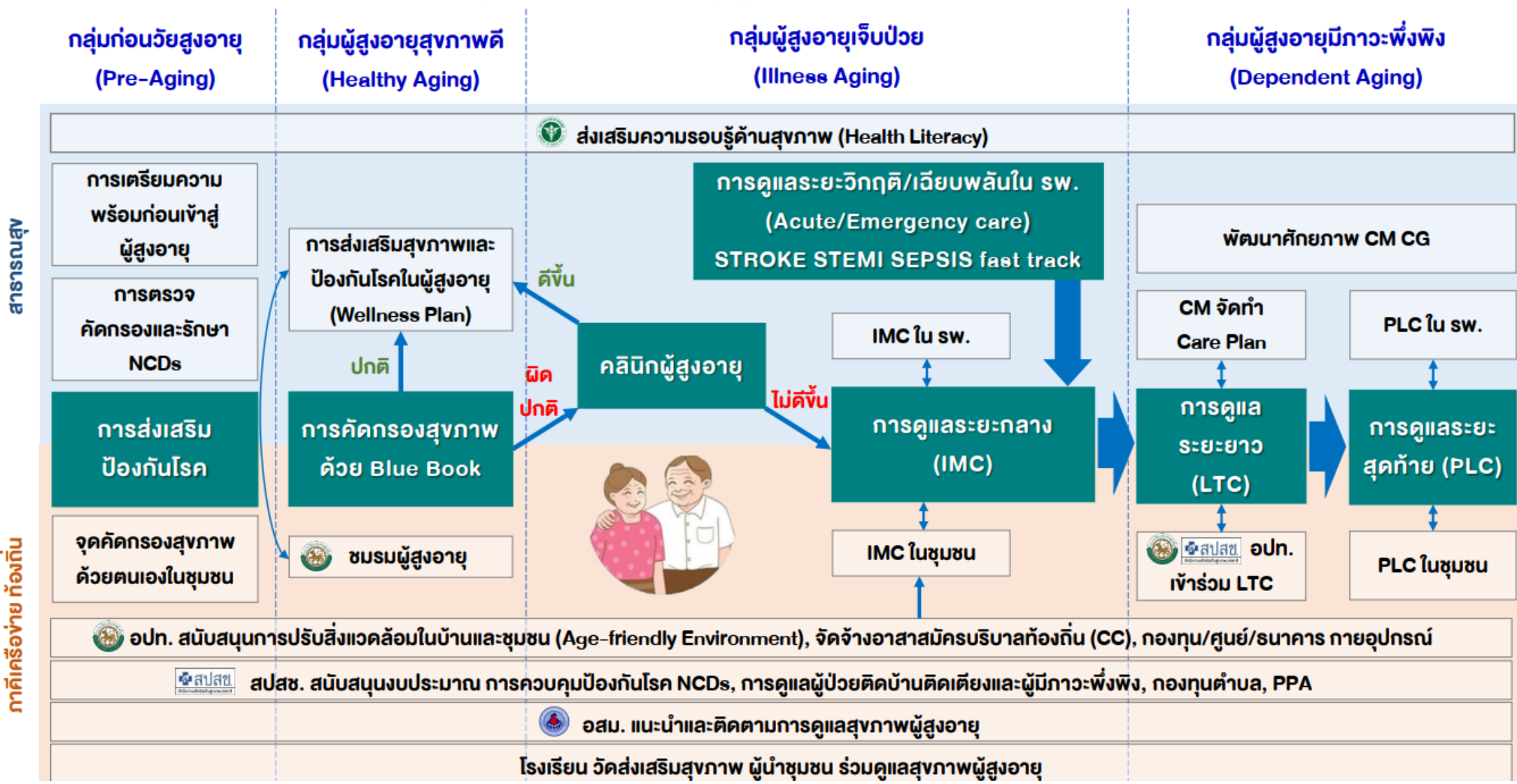
ลำดับ	ผังกระบวนการงาน	ระยะเวลา	จุดควบคุม	ผู้รับผิดชอบ
๑	กำหนดผู้รับผิดชอบ	ต.ค. ๖๔	-ผู้รับผิดชอบงานที่มีความรู้/ ความเชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ	สำนักอนามัย ผู้สูงอายุ
๒	กำหนดกลุ่มเป้าหมาย/ พื้นที่รับผิดชอบ	ต.ค. ๖๔	- ทะเบียนพื้นที่เป้าหมาย - เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบ ในระดับพื้นที่	สำนักอนามัย ผู้สูงอายุ

ลำดับ	ผังกระบวนการงาน	ระยะเวลา	จุดควบคุม	ผู้รับผิดชอบ
๓		พ.ย. ๖๔	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมสำคัญ - ระบุกลุ่มเป้าหมาย - กำหนดระยะเวลาและแผนการดำเนินงานให้ชัดเจน 	กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุและเครือข่าย
๔		พ.ย. ๖๔	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้บริหารระดับสำนัก - ผู้บริหารระดับรองอธิบดีที่รับผิดชอบ - ผู้บริหารระดับกรม พิจารณาให้ข้อเสนอแนะและลงนาม 	กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุและเครือข่าย
๕		ธ.ค. ๖๔ - ก.ย. ๖๕	<ul style="list-style-type: none"> - ติดตามการดำเนินงาน กระบวนการ/กิจกรรม - ประเมินผลการดำเนินงาน 	กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุและเครือข่าย
๖		ธ.ค. ๖๔ - ก.ย. ๖๕	<ul style="list-style-type: none"> - กำหนดขอบเขต ประเด็นและดำเนินการถอดบทเรียนและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ 	กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุและเครือข่าย
๗		ก.ย. ๖๕	<ul style="list-style-type: none"> - รายงานผลการดำเนินงานและสรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการ 	กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุและเครือข่าย

สัญลักษณ์ที่ใช้

	จุดเริ่มต้นและสิ้นสุดของกระบวนการ
	กิจกรรมและการปฏิบัติงาน
	การตัดสินใจ เช่น การตรวจสอบ การอนุมัติ
	แสดงถึงทิศทาง หรือการเคลื่อนไหวของงาน
	จุดเชื่อมต่อระหว่างขั้นตอน

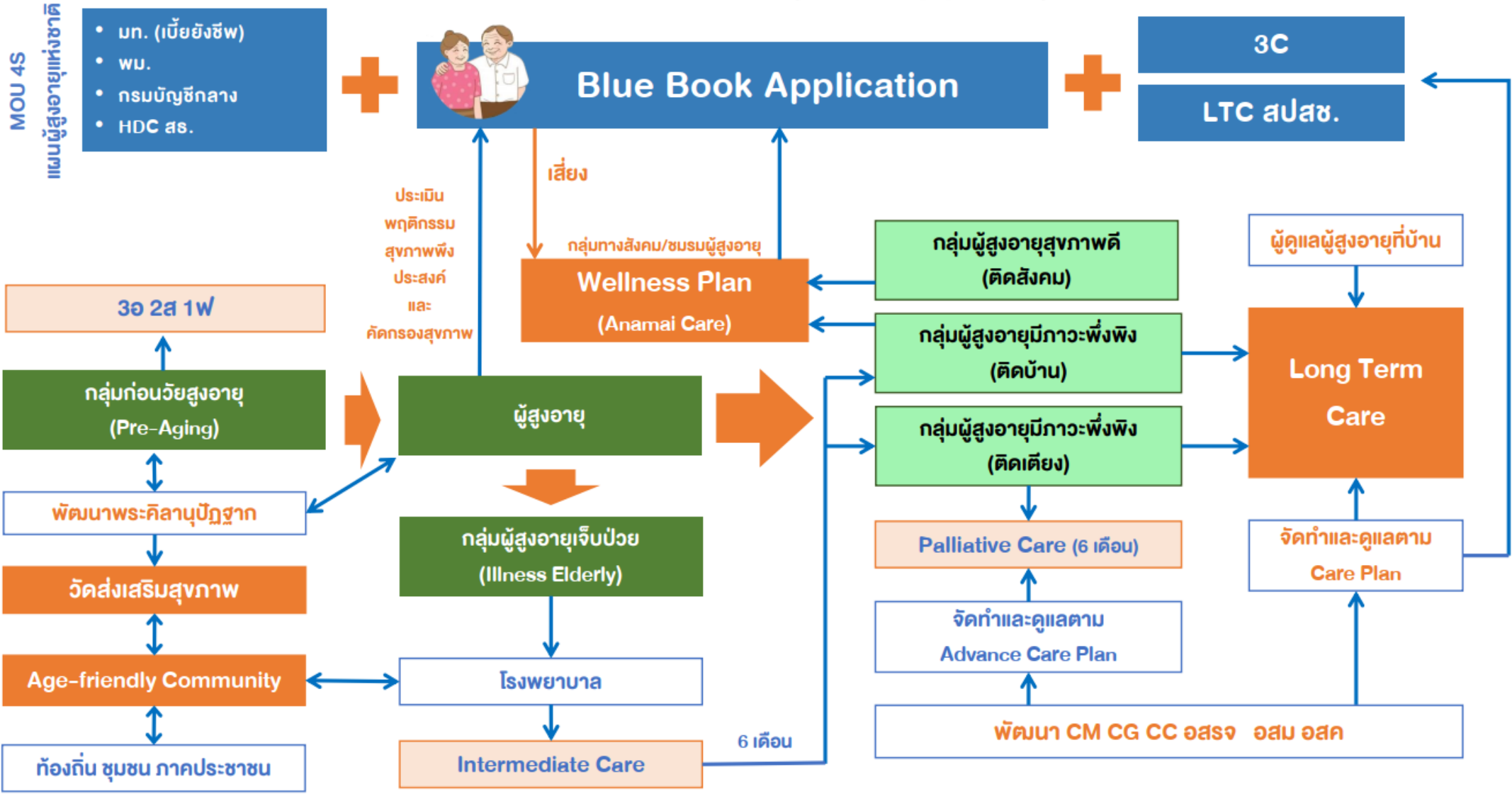
การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบไร้รอยต่อ



สาธารณสุข

ภาคีเครือข่ายท้องถิ่น

แนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย



6. ภาคผนวก (ถ้ามี)

คู่มือการดำเนินงาน
ตัวชี้วัด ร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565

กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย
สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 11 พฤศจิกายน 2564

คู่มือการดำเนินงานตัวชี้วัดร้อยละของประชากร
ผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

คู่มือแนวทางการส่งเสริมสุขภาพดี ชะลอชรา ชีววัยยืนยาว
สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

คู่มือ
แนวทางการส่งเสริมสุขภาพดี
ชะลอชรา ชีววัยยืนยาว
(Health Promotion & Prevention
Individual Wellness Plan)
สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

Cluster กลุ่มผู้สูงอายุ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คู่มือ
แนวทางการส่งเสริมสุขภาพดี
ชะลอชรา ชีววัยยืนยาว
(Individual Wellness Plan)
สำหรับผู้สูงอายุ

Cluster กลุ่มผู้สูงอายุ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

คู่มือแนวทางการส่งเสริมสุขภาพดี ชะลอชรา ชีววัยยืนยาว
สำหรับผู้สูงอายุ